

# Pismo

MAGAZYN OPINII

SIERPIEŃ 2022 | NR 8 (56)

## LITERATURA

Evaristo  
Chutnik  
Marcisz

## REPORTAŻ

Uchodźczynie  
odzyskują  
sprawczość

## TECHNOLOGIE

Na starość szklankę  
wody poda ci robot

## ESAJ

Szczęście i spełnienie:  
jak je znaleźć i utrzymać

Jak chcieć mniej

CENA: 17,99 zł (W TYM 8% VAT)

ISSN 2544-5022 INDEKS 422258

08 >



9 772544 502203

MAGAZYN OPINII

# Pismo

SIERPIEŃ 2022 | NR 8 (56)



# MAGAZYN OPINII Pismo.

SIERPIEŃ 2022

## PROZA

**Jeśli napiszesz tę książkę...** | 6  
MACIEJ MARCISZ

**Tylem do kierunku jazdy** | 92  
SYLWIA CHUTNIK

## RZECZ GUSTU

**Redakcja poleca** | 3  
wydarzenia kulturalne w sierpniu

## POEZJA

**Miłość idzie do domu** | 21  
EKA KEWANISHWILI

**pies** | 49  
ŁEŚ BEŁEJ

**Moje choroby** | 65  
JAROSŁAW MIKOŁAJEWSKI

## OBRAZ

CYKL REMEDIUM **Regeneracja** | 4  
RAV.A STORIES

FOTOREPORTAŻ **Fantastyczne zwierzęta** | 32  
KASIA ŚLESIŃSKA

KOMIKS **Przyjaciółki w aborcji** | 60  
ULA IDZIKOWSKA, SUSANNA MARIANI

W RAMACH PISMA **MindPlace ThoughtStream** | 84  
SHANA MOULTON

MINIATURY **alfawity**  
ELINA PYROHOVA

OKŁADKA **Poszukiwacz spełnienia**  
PRZEMYSŁAW DĘBOWSKI

## FELIETON

2 | ROZMOWY Z K. **Na początku było słowo**  
KAROLINA LEWESTAM odpowiada na pytania czytelniczki

96 | PRZYPISY **À propos regeneracji**  
ZUZANNA KOWALCZYK

## APTECZKA

83 | **Co w niej trzyma...**  
AGATA BUZEK

## REPORTAŻ

22 | **Rewolucja przytula swoje córki**  
ALEKSANDRA LIPCZAK pokazuje, jak uchodźczynie odzyskują sprawczość

## PORTRET

42 | **Keiko Fujimori – nieustanna pretendentka**  
BEATA SZADY przedstawia peruwiańską polityczkę

## ESEJ TECHNOLOGIE

10 | **Maszyny kresu czasu**  
KATARZYNA KAZIMIEROWSKA sprawdza, czy roboty zadbają o naszą starość

## ESEJ ŚWIAT

50 | **Konserwatywna lewicowość Portugalii**  
IZA KLEMENTOWSKA pokazuje, kto i dlaczego rządzi dziś w kraju

## ESEJ IDEE

66 | **Szczęście polepionych**  
KAROLINA LEWESTAM sprawdza rady z kursu bycia szczęśliwym

74 | **Jak chcieć mniej**  
ARTHUR C. BROOKS opowiada, na czym polega prawdziwe zadowolenie

## HISTORIA OSOBISTA

86 | **Manifest**  
BERNARDINE EVARISTO o tym, jak rodzice ukształtowali jej pisarstwo

MAGAZYN OPINII  
**Pismo.**

Wydawca: Fundacja Pismo  
ul. Wojciecha Górskiego 1/66,  
00-033 Warszawa  
KRS: 0000689263, NIP: 1182150957

Prezes Zarządu: Piotr Nesterowicz  
Członkinie Zarządu:  
Magdalena Kicińska, Kalina Wysznińska

Adres redakcji: Pismo. Magazyn opinii, ul. Wojciecha Górskiego 1/66, 00-033 Warszawa,  
Redaktorka Naczelna: Magdalena Kicińska, Kultura i sekretarowanie redakcji: Katarzyna Kazimierowska,  
Weryfikacja faktów: Marcin Czajkowski, Idee: Karolina Lewestam, Ekonomia i Technologie: Zuzanna Kowalczyk,  
Redakcja: Urszula Kifer, Zofia Sawicka, Ilona Turowska, Edyta Zielińska, Korekta: Monika Marczyk, Dorota Śrutowska,  
Szefowa Projektów Cyfrowych: Barbara Sowa, Wydanie Cyfrowe: Ewa Pluta  
Projekt makiety: Jacek Utko, Redaktorka Artystyczna: Karolina Mazurkiewicz, Skład i łamanie: Marta Juchnowicz-Bierbasz,  
Szefowa Marketingu i Sprzedaży: Kalina Wysznińska, Marketing: Mateusz Roesler, Promocja: Ewa Salamon,  
Prenumerata i subskrypcja: Marcin Lipiec, Fundraising: Natalia Czarkowska, Reklama: reklama@magazynpismo.pl

Pismo. Magazyn opinii  
www.magazynpismo.pl

Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych oraz zastrzega sobie prawo do redagowania i skracania. Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń i ma prawo do odmowy publikacji.



**KAROLINA LEWESTAM** (ur. 1979), dziennikarka i redaktorka. Obroniła doktorat z filozofii na Uniwersytecie Bostońskim. Wielokrotnie nominowana do nagrody Grand Press. Członkini redakcji „Pisma”.

# Na początku było słowo

Kochana A.

Powiem ci historię, którą już znasz.

Na początku było słowo. I słowem stworzył Bóg niebo i Ziemię. Ziemia była wtedy podobno bezładem i pustkowiem, a wszędzie było ciemno jak... jak gdzieś, gdzie jest bardzo ciemno. No więc Bóg przytomnie powiedział „Niech stanie się światłość” – i trach, stała się światłość. Od samych słów Boga! I tak dalej, i tak dalej. Pozwól, że przewinę do przodu, chociaż oczywiście najlepiej jest słuchać historii, które znamy, ale teraz są ważniejsze sprawy, więc powiedzmy tylko, że stworzone zostały między innymi ląd i morze, a potem fauna i flora, włączając w to wszelkie skrzydlate ptactwo. Na koniec zaś Bóg ulepił z gliny człowieka. I człowiek mógł nazwać wszystkie zwierzęta w Edenie tak, jak chciał, dzięki czemu Bóg dał mu w pewnym sensie posmakować, jak to jest mieć słowo i dzięki słowu stwarzać zupełnie nowe rzeczy.

Następnie miała miejsce scysja dotycząca nieautoryzowanego użycia drzew owocowych, a potem ludzie rozleźli się po całej Ziemi. I wiesz, co się stało, A.? Otóż niektórzy z nich odkryli, że czasem, kiedy jeden człowiek rzuci słowa w stronę drugiego, a tamten mu odpowie, od tego spotkania słów powstają niesamowite cuda. Czasem wymienianie się słowami było zwyczajne jak drogowskaz („Upolowany świniak jest za rogiem”). Ale innym razem, kiedy mówili, to czuli się, jakby jeden z nich rzucał złoty pył, a drugi zapalę, i słowa wystrzelały w niebo, kwitnąc jak fajerwerki. To była rozmowa i kiedy przytrafiła się ludziom, cieszyli się, bo czuli, że choć Bóg dość mocno obraził się na nich za te drzewa, to jednak wciąż zostało w nich coś prawdziwie boskiego.

I czasem było to nawet zbyt boskie, bo kiedyś tak im się cudownie rozmawiało, że z tych rozmów powstała wieża Babel, która sięgała do samego nieba, a Bóg znowu się zdenerwował, bo jednak cenił swój monopol na słowa. Więc namieszał im w głowach i językach. „Niech sobie mówią, gdzie jest upolowany świniak – myślał Bóg. – Ale niech mi tu w niebo nie strzelają fajerwerkami. Naprawdę, tym ludziom to się wydaje, że nie wiadomo co!”

I wtedy właśnie – uważaj tu, A. – ludzkość podzieliła się na dwie grupy. Jedni (nazwijmy ich „Paple”; należały do nich też podpisana niżej K. i twoja przyjaciółka) wyrzucali wciąż słowa na zewnątrz, w neurotycznych falach, trochę z przyzwyczajenia, a trochę w nadziei, że ktoś im odpowie, a ze spotkania słów narodzą się nowe piękne rzeczy. To się zdarzało, owszem; ale tak szczerze, to większość czasu ci ludzie bez przerwy kłapali dziobami jak jakieś osoby z magla, a w dodatku bardzo denerwowali Pana Boga.

Drudzy zaś zrozumieli, że tylko wtedy zachowają okrucieństwo boskiej mocy słów, gdy nie będą się nią ciągle przed Bogiem chwalić. Zauważyli też, że jeśli hodują słowa dłużej przy sobie, jak kangurzyce robią to z kangurzątkami, trzymając je w torbach, zanim się usamodzielnią, to te słowa są pełniejsze i ważniejsze. Trzymali więc słowa w sobie jak ciche skarby; karmili je, hodowali, szlifowali jak diamenty. Czasem dotykali ich w nocy, czując, jak rosną, jak pulsują. I raz na wiele dni, wymieniali się tymi sekretnymi słowami, ale tylko z takimi, którzy byli tego wari. To było ważne, piękne i przyjemne, i w zupełności im wystarczało. Wśród nich była niejaka A.

Ale były też chwile, w których A. wątpiła w siebie i w swój styl menedżmentu słów. Patrzyła na chodzące po całej Ziemi niezliczone Paple i myślała: „Czy wszystko ze mną w porządku? Czy nie jestem dziwna? Czy nie jestem... chora?”. I A. wtedy cicho płakała, modląc się o to, żeby ktoś ją nauczył, jak nie bać się wypuszczania w świat nieoszlifowanych słów.

Aż pewnego razu przyszedł do niej Bóg. Usiadł koło jej łóżka, położył nogi na nocnym stoliku i powiedział: „Ćśśś, nic nie mów, A. Ja słowami stworzyłem cały świat i wiem o nich co nieco. I zdradzę ci wielki sekret: z gadania po próżnicy nigdy nic dobrego jeszcze nie wynikło. Trzymaj słowa w sobie, głaszcz je, rozczesuj im kołtuny, dokarmiaj; pewnego dnia będą gotowe. Spotkasz kogoś, do kogo zatęsknią i same będą chciały wyjść na świat”.

I A. spokojnie zasnęła. Bóg i spojrzał na nią, wiedząc, że ona już wie, że jest właśnie taka, jaka ma być, i że śni o dniu, w którym słowa same będą się jej wyrwać z piersi.

I wiedział Bóg, że to było dobre.

Droga K.

Czy muszę potrzebować ludzi?

Czy chcę potrzebować ludzi?

Czy powinnam potrzebować ludzi?

Czy jestem robotem, jeśli zwykle wybieram bycie samą?

Zazdroszczę przyjaciółce, która z podróży przywozi przynajmniej jedną historię nieznaną wcześniej osobie lub nawiązuje przyjaźnię do końca życia. (...) Wygląda to lekko i łatwostycznie. A ja? (...) W życiu spotkałam mało przyjaznych ludzi, to fakt. Tak zwani bliscy w przeszłości mnie ranili lub ignorowali, ale teraz jestem dorosła i to ja decyduję, czy pozwolę dać się zranić. Nie mam już poczucia, że relacje z ludźmi są zagrażające, a jednak nadal żyję na obrzeżu społeczeństwa (...). Chciałabym być normalna i nie zastanawiać się, czy jedno sensowne i wartościowe spotkanie w miesiącu to całkiem spoko, czy wręcz przeciwnie – że mieszczę się tylko w normie dla odludków i socjopatów...

A.

Czasem o trudnych rzeczach dobrze jest napisać do kogoś, kto jest daleko. Napisz do mnie. [rozmowyzk@magazynpismo.pl](mailto:rozmowyzk@magazynpismo.pl)

# Rzecz gustu,

CZYLI REDAKCJA „PISMA”  
poleca w **sierpniu**



## Festiwal Stolica Języka Polskiego w Zamościu i Szczepieszynie

Organizatorzy tegorocznej, ósmej edycji festiwalu literackiego Stolica Języka Polskiego zapraszają do Zamościa i Szczepieszyna już 7 sierpnia. W programie spotkania autorskie (między innymi z Anną Bikont, Wojciechem Bonowiczem, Wojciechem Chmielarem), pasmo językowe, wieczorne koncerty oraz spektakle. Festiwal potrwa do 13 sierpnia.

**WIĘCEJ:** [stolicajezykapolskiego.pl](http://stolicajezykapolskiego.pl)

## Festiwal filmowy Hommage à Kieślowski w Sokołowsku

Sokołowsko, które zyskało rozgłos dzięki ostatniej powieści Olgi Tokarczuk, jak co roku zaprasza na festiwal filmowy pod patronatem Krzysztofa Kieślowskiego. Jedenasta edycja tego wyjątkowego wydarzenia w Sudetach odbędzie pod hasłem „Kino-Interwencja”. W programie seanse polskich i światowych filmów korespondujących mniej i bardziej bezpośrednio z kinem polskiego reżysera.

**WIĘCEJ:** [hommageakieslowski.pl](http://hommageakieslowski.pl)



Sierpień 2022



## OPO Festival w Opolu

OPO Festival to impreza znana do tej pory pod nazwą Opole Songwriters Festival. Klubokawiarnia społeczna OPO, prowadzona przez Stowarzyszenie Kulturalne Opole, zaprasza po raz dziesiąty nad Odrę 26 i 27 sierpnia. Na scenie festiwalu zagrają między innymi Kevin Morby, Tiberius b oraz Ed Dowie.

**WIĘCEJ:** [opofestival.com](http://opofestival.com)

## OFF Festival w Katowicach

OFF Festival to jeden z największych festiwali muzyki alternatywnej w Polsce. Odbędzie się od 5 do 7 sierpnia, jak zawsze w Katowicach. Na scenie festiwalowej zagrają między innymi Iggy Pop, Metronomy, Mura Masa oraz Central Cee.

**WIĘCEJ:** [off-festival.pl](http://off-festival.pl)



## Festiwal Literacki Sopot

Już 18 sierpnia rozpocznie się trzydniowy Festiwal Literacki Sopot. Tematem przewodnim tegorocznej, jedenastej edycji będzie literatura irlandzka. Program obfituje w spotkania z autorami i autorkami (takimi jak Elizabeth Strout, Liz Nugent czy Lucy Caldwell), debaty, wystawy sztuki, pokazy filmowe, teatralne i różne darmowe warsztaty.

**WIĘCEJ:** [literackisopot.pl](http://literackisopot.pl)





REMEDIUM

# Regeneracja

*zdjęcie i tekst* TOMASZ WATRAS

---

Wychowałem się na przedmieściach, przy naszej ulicy rosto kiedyś wiele drzew. Może były to graby albo klony? Każdy z nas powinien taką ulicę znać. Przed domem biegła wydeptana w trawie ścieżka, która po deszczu zamieniała się w bajoro. Dalej był zarośnięty rów, a następnie droga. Bawiłem się wśród łąk. Na polanie pośród drzew broniłem swoich pierwszych karnych. Górujący nad okolicą zielony szczyt skarpy kolejowej gościł nasze ogniska. Podczas wakacji spędzanych na wsi kaleczyłem stopy, chodząc nierozważnie po ściernisku. Wraz z rodziną przerzucałem świeżo zebrane zboże, a potem zasypiałem w hamaku z książką w rękę. Wujkowie mieli sad pełen jabłoni.

Przywołuję te obrazy z zamkniętymi oczami, gdy w moim życiu praca, dom, zakupy, praca po pracy, znajomi. Wszystko na godzinę i co do minuty. Wtedy krainy z moich wspomnień przywracają mi spokój i regenerują. Na ciebie może działać coś innego. Czy będzie to kawa w ulubionej kawiarni? Spacer z psem? Książka? A może taniec na środku chodnika.

# Jeśli napiszesz tę książkę, będziemy musieli się wyprowadzić

tekst MACIEJ MARCISZ

Jeśli napiszesz tę książkę, będziemy musieli się wyprowadzić – mówi moja mama. Bardzo możliwe, że od dawna szuka jakiegoś ostatecznego powodu do wyprowadzki, a ostracyzm społeczny wywołany napisaniem przeze mnie książki o naszym małym mieście byłby dla niej najlepszym prezentem. Kiedy to wypowiada, wiem, że nic takiego się nie wydarzy. I nie mówię o książce ani o wyprowadzce. Mam pewność, że ta druga nie dojdzie do skutku w wyniku pierwszej. Ludzie w Rydułtowach nie czytają książek w takich ilościach, by mogło to doprowadzić do prawdziwej małomiasteczkowej hańby.

– Doskonale, tego nam właśnie trzeba. Kolejnego autora z Warszawy pochylającego się z troską nad prowincją – mówi pewna elokwentna dziewczyna na spotkaniu autorskim w Częstochowie, kiedy dzielę się wstępnym pomysłem na tę książkę. Od tego czasu na wszelki wypadek używam sformułowania „powieść o napięciach między dużym a małym miastem”.

– Jeśli chcesz napisać książkę o naszym mieście, musisz koniecznie iść do Marty – mówi moja przyjaciółka z dzieciństwa. – Ona pracuje w laboratorium, wszystko wie. Kto ma syfa, kto na co choruje. Zna wszystkie sekrety.

Zaczynam wyobrażać sobie tę powieść jak zakłęcie. Wypowiadam pomysł, a ona

po prostu do mnie przychodzi. Ludzie błędnie zakładają, że do napisania książki potrzebny jest wkład w postaci tajemnic, skandali i epickich dokonań. Chciałbym napisać o ludziach żyjących w przeciętnym małym mieście, w którym nie stał się żaden cud. Gdzie nikomu nie objawiła się Maryja. Ani w korze drzewa, ani w kupie węgla. Dopalenie fabuł realizmem magicznym, tak jak dodawanie wędzonej papryki do każdego wegańskiego dania, zaczyna mnie nużyć. Chciałbym napisać o ludziach codziennie stawiających się do pracy, przemieszczających się z miejsca na miejsce, kupujących od siebie towary i usługi, i na przecięciu tych działań wytwarzających coś, co nazywamy rzeczywistością. Nie, Rydułtowy nie są centrum świata. Problemy Polski i współczesnego świata niekoniecznie odbijają się w nich jak w soczewce. Moje miasto nie musi symbolizować czegoś więcej, by być istotne.

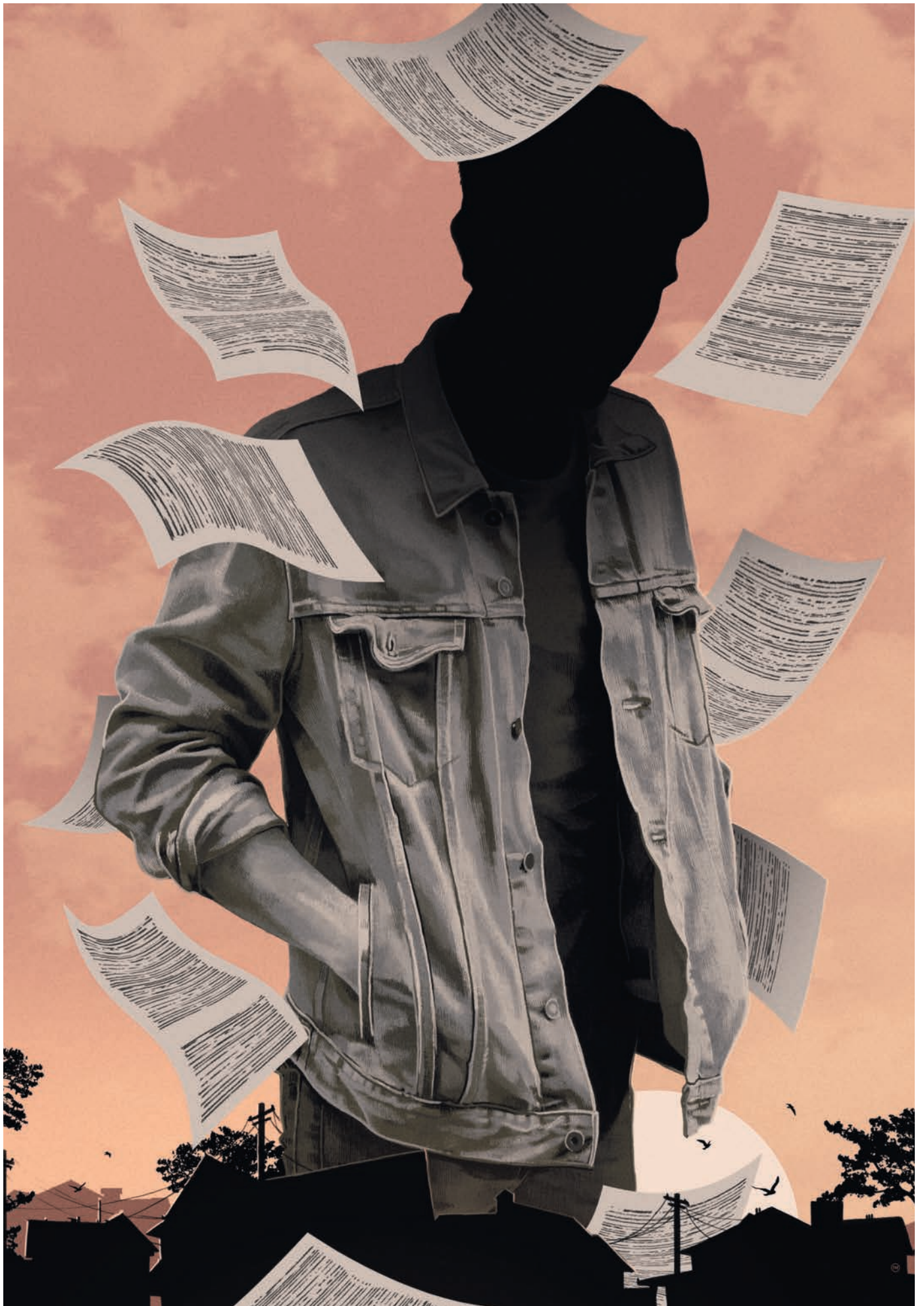
– Będziesz wspominał te spacery – pisze profetycznie Zyta w odpowiedzi na moją niezbyt uzasadnioną wiadomość z dziesięcioma zdjęciami spaceru z mamą. W tym pięknym zdaniu jest zapowiedź śmierci. Tak chyba po prostu mają wybitne pisarki, przemycając śmierć i rozpad nawet w krótkich wiadomościach. Trwa kolejny miesiąc *lockdownu* i zamiast trzy dni, zostają u rodziców miesiąc. Pracuję, spaceruję z mamą, oglądamy telewizję z tatą. Czerpię z rodzinnego źródła

mocy, czuję, jak wracają mi siły życiowe. Podczas spacerów po pustym od pandemii miasteczku odkrywamy nowe miejsca, przeglądamy się w naszych przeszłych życiach. Opowieść o tym, że jestem z Rydułtów, małego śląskiego miasta, zacząłem wyciągać jako jedną z pierwszych anegdot na swój temat, kiedy poczułem się już wystarczająco pewny swojej wielkomięjskości. Historia o byciu z małego miasta powoduje, że jest się postrzeganym jak ktoś mniej groźny, bardziej przystępny, pasuje do wizji chłopaka z sąsiedztwa. Ta opowieść jest jak mały, brzydki piesek z krzywym zgrzysem. Nikomu nie przynosi wstydu, zwłaszcza że jest taki uroczy.

– Czyli będziesz się teraz bawił w małomiasteczkową egzotykę? – pyta moja mama, kiedy dowiaduje się, że bez poinformowania jej założyłem na Facebooku wydarzenie z protestem Strajku Kobiet w naszym mieście. Przez kilka godzin jest na mnie lekko obrażona. Później zaczyna pomagać w organizacji. Na protest w dwudziestotysięcznym mieście przychodzi jakieś 250 osób. Dużo.

– Spokojnie, nic nam nie zrobią. Jak by nam potem spojrzeli w oczy na ulicy? – mówi o policji jedna z kobiet. Oto jedna z zapomnianych tajemnic mniejszego miasta: kontrola społeczna działa tu w obie strony. Kilka dni później organizujemy jeszcze jeden protest. Leje deszcz, ludzie stawiają się





rysunek TOMEK MAJEWSKI

jednak tłumnie. Zaczynamy z mamą snuć fantazje o tym, że wracam do Rydułtów i rozkręcam tu karierę polityczną.

– Zostałbym burmistrzowym, pobudowalibyśmy się obok rodziców – mówi mój chłopak, dokładając do wizji swoją cegiełkę. Dopiero jakiś czas później uświadamiam sobie, jaki spokój wywołuje we mnie ten obrazek.

W końcu wracam do Warszawy. Czasem tęsknię za tym spokojem, który odczuwałem przez cztery tygodnie w Rydułtowach. Na świecie pojawiają się dzieci mojego rodzeństwa i przyjaciół, zawierane są małżeństwa. Kończę drugą książkę, żegnając tym sposobem powracające ataki paniki. Umiera mój dziadek i umiera babcia. Śmierć, która do tej pory przydarzała się innym ludziom, zaczyna dotyczyć mojej rodziny.

– Jesteśmy następnymi w kolejce – mówi tata na stypie babci. Przypominam sobie słowa Zyty o spacerach. Chcę odbyć ich jak najwięcej. W wyniku tego splotu wydarzeń starzeję się w rok o jakieś pięć lat.

– Przypudrujesz się przed? – pyta troskliwie mama. Tak, przypudruję się.

Biorę prysznic, nakładam krem, podkład, no i puder, zakupiony komisyjnie z mamą w ramach interwencji, po tym, jak stwierdziła, że za bardzo świecę się na zdjęciach ze spotkań autorskich. Puder wpada mi w oczy i do nosa. Wydaje mi się, że wyglądam jak trup, ale wszyscy mówią, że wyglądam normalnie.

Wychodzę z domu rodzinnego. Staram się rejestrować każdy szczegół, przecież zbieram materiał. Mijam cukiernię Inferno obok kościoła, w którym przystępowałem do pierwszej komunii, i sklep papierniczy, w którym zacząłem kupować czarne cienkopisy, używam ich do dziś. Docieram do skrzyżowania drózek, przesiadywali tam niegrzeczni chłopcy grożący mi regularnie, że pobiją mnie za bycie lalusiem. Widzę nadciągającą paczkę szesnastolatków. Zmieniam stronę ulicy, zanim uświadomię sobie, że nadal się boję. Idę dalej, widzę plakat. „Jarmark świąteczny. Spotkania ze znanymi Ślązakami”. Moje zdjęcie sugeruje, że jestem jednym z nich. Śmiałość tego komunikatu wprowadza mnie w pozytywnie ironiczny nastrój. Nie dość, że nie jestem znany, to nie mam również pewności, czy jeszcze jestem, czy kiedykolwiek byłem Ślązakiem.

Zbliżam się do jarmarku. Na dwie godziny przed rozpoczęciem imprezy przestaje padać, w powietrzu czuć przyjemną wiosenną wilgoć, kilka ciemnych chmur tłoczy się nad miastem jak groźba. Na tylnej ścianie sceny pyszni się wielki baner z napisem: „Reaktywacja ulicy Ofiar Terroru. Zrealizowano z grantów norweskich”. Kiedyś to była ulica handlowa z prawdziwego zdarzenia, teraz umiera. Zastanawiano się, czy nie ożywiłby jej powrót do poprzedniej nazwy, Dworcowa, jakkolwiek byłoby to dość nieuprzejme wobec ofiar terroru. Tak naprawdę zabiło ją pojawienie się supermarketów. Tego nie dało się odwrócić. Dziś ożywiana jest jarmarkiem.

Wchodzę w ławicę ludzi, mijam stragany z figurkami wielkanocnych królików o toksycznie żółtych twarzach, jest miód i oscypki, ale nie ma ciupag. Przed sceną tłumy, na scenie dzieci. Może przedszkolaki, może pierwszoklasiści.

– Cała przyroda wraca do życia, mała biedronka wychodzi z ukrycia – fałszują uroczo, sepleniąco, bezżębnie. Przejęci rodzice nie mogą się napatrzeć. Zdecydowanie jestem teraz gdzieś na dalekiej orbicie swojego życia, widzę jednak, jak ludzie obok znajdują się w samym centrum swoich. Wypełnia ich czysta miłość do dzieci, ich słodkiego, kulawego występu. Patrzę na to i jestem na granicy płaczu, co zasługiwałoby na uwagę, gdyby nie fakt, że przeważnie jestem na granicy płaczu. Do mojego spotkania jeszcze godzina.

– Sypana czy parzona? – nigdy nie pamiętam, która jest która, zupełnie jak z ofensywą i defensywą, niechcący decyduję się na tę z fusami. Wypijam je, przełykam tak spokojnie, jak się tylko da, próbując zachować godność. Jem makowiec. Pod sceną zamieszanie, pojawia się nowa dostawa dzieci. Siedzą na zimnym betonie. Wyobrażam sobie, co by się stało, gdyby usiadły tak w innych okolicznościach. Od razu byłyby krzyki, że złapią wilka, żeby przestały się wygłupiać. Ich ciała są jednak teraz w trybie przynoszenia dumy, którego zimno betonu nie dotyczy. Siedzą bez ruchu już trochę zbyt długo,

nawet ja zaczynam się martwić. Nauczycielka biegnie do namiotu technicznego. Dzieci się wiercą. Moment niepokoju. Płyta rusza. Rozbrzmiewa muzyka, dzieci otwierają się jak kwiaty, stają na nogi. Bardziej chodzą, niż tańczą. Słonko wychodzi zza chmur, dzieje się prawdziwy przedwielkanocny cud.

– Póki są dzieci, trzeba robić dużo zdjęć – mówi organizator do kogoś obok. – Zobaczysz, przedszkolaki się zmyją i impreza się skończy.

Zaczynam martwić się moim spotkaniem, ale umysł szybko zmienia temat. Widzę kolegę z dzieciństwa, którego opisałem w pierwszej książce.

– Dzień dobry, sławny Ślązaku, gdzie twój ochroniarz?

– To ty zawsze nim byłeś – odpowiadam zgodnie z prawdą.

Stoimy, oglądamy dzieci. Śmiejemy się z nich, jakby nam wypadało, jakbyśmy byli sześć klas wyżej i zaczynała nas dotyczyć nastoletnia ironia. Podobnie traktujemy występujący po dzieciach chór emerytów. Przez kolejnych dziesięć minut jesteśmy głupimi szczeniakami. Podchodzi do mnie kobieta w średnim wieku, trzyma za rękę dziewczynkę z plecakiem Kraina Lodu, na oko dwa razy większym niż ona.

– Przepraszam, czy fanka może sobie zrobić z panem zdjęcie?

– Ja... jasne – odpowiadam, nie wiedząc, o którą z nich chodzi. Kobieta popycha w moją stronę lekko przerażoną dziewczynkę z plecakiem. Robi tylko jedno zdjęcie.

– Proszę pozdrowić mamę – mówi i odchodzą.

– Kto to był?

– Jeszcze nie wiem.

Chór kończy ostatni utwór, organizatorzy dają znać, że zaraz moja kolej. Rozmowa ma potrwać trzydzieści minut, poprowadzi ją ta sama kobieta, która zapowiadała koncert Majki Jeżowskiej, kiedy miałem osiem lat.

– Taki byłeś malutki – mówi na początku spotkania. Widzę na widowni moich rodziców, dziewczynę z podstawówki, koleżanki mamy, dawną dyrektorkę mojego

gimnazjum. Schodzę ze sceny, na wszelki wypadek uprzejmie kiwam głową do wszystkich, którzy pojawiają się na linii mojego wzroku. Krótco po spotkaniach jestem tak zestresowany, że zapominam imion i nie rozpoznaję twarzy.

Widzę jednak jedną, którą kojarzę bardzo dobrze, i kamienieję.

– No witam pana pisarza – odzywa się mój prześladowca z okresu dojrzewania. Jego ironiczne spojrzenie towarzyszyło mi przez dwanaście lat życia.

– O, hej – odpowiadam przymilnie. Z opcji „walcz – uciekaj – zastępnij – łaś się” w stosunku do niego zawsze wybierałem „łaś się”.

– Sprawdzam cię w necie, takie spotkanie to już chyba dla ciebie chleb powszedni, co?

– Mniej więcej.

W podstawówce namawiał kolegów, żeby nie wybierali mnie do drużyny. W gimnazjum wyśmiewał mnie w raczkującym jeszcze internecie. W liceum prowadził aktywne śledztwo mające udowodnić moją homoseksualność. Udało mu się, ale nie wszyscy uwierzyli. Najgorsze, że wiedziałem, że jest inteligentny. Podobał mi się jego dystans, mniej jego brudne głany. Nauczycielki nazywały go filozofem. Pragnąłem, żeby mnie docenił. Żeby przyznał mi rację.

Teraz mówi do mnie ze zrozumiałym rozkojarzeniem ojca pilnującego dwojga dzieci.

– Głównie słucham audiobooków – mówi. – *Morfinę* ze trzy razy przesłuchałem. Twardocha to chyba wszystko przesłuchałem. Świetny jest.

„Oczywiście, że uwielbia Twardocha” – myślę.

– A ty pewnie w telefonie masz numery do wszystkich, których ja słucham, co?

– Pewnie – odpowiadam.

– A do Twardocha masz?

Sprawdzam. Nie mam.

Wypytuje o pracę. Następnie kupuje moją książkę i robi sobie ze mną zdjęcie. Wyglądamy na nim jak mężczyźni. Nie jestem na sto procent pewien, czy przyznał rację mojemu życiu. Idzie do rodzinki. Nie odczuwam żadnej satysfakcji czy triumfu. Powraca do mnie standardowe poczucie, że w życiu wszystko się dziwnie plecie.

Przechodzę do punktu podpisywania książek, gdzie czekają już moi rodzice. W kolejce stoją trzy znajome mamy, jestem im za to bardzo wdzięczny.

– No i jak to jest mieć syna sławnego Ślązaka? – pyta jedna z nich moją tatę.

– Przyzwyczailem się – odpowiada tata i wraca do grania w szachy na komórcie. Zmywa się wcześniej, mama zostaje jeszcze na jarmarku.

Wracam do domu pieszo. Myślę o tym, jak romantyzuję moje miasto, jak łatwo jest czuć miejsce, w którym nie ma już moich problemów. Zaczynam tracić kontrolę nad swoim smutkiem, dzwonię do Magdy.

– Nie wiem, po prostu czuję jakiś przyływ braku znaczenia – mówię. – Wszyscy dookoła skupiają się na dzieciach, te dzieci was ciągną przez kolejne dni.

– No tak, a ty masz książki, to nie są twoje dzieci?

– Proszę cię. Odejdą w zapomnienie, zanim zdąży umrzeć. Jak większość książek.

– Nasze dzieci też umrą i odejdą w zapomnienie.

Zaczynamy się histerycznie śmiać. Ta myśl daje mi dziwne pocieszenie. Kolejnego dnia wyjeżdżam, spokojniejszy, napojony z rodzinnego źródła. Tata czeka na mnie w samochodzie, zaraz odwiezie mnie na dworzec. Mama wychodzi na zewnątrz w ciemnych okularach, mimo że nie jest ani trochę słonecznie. Macha do mnie.

W pociągu przygotowuję się do Warszawy jak do szkoły. Sprawdzam newsy, odpisuję na zaległe wiadomości, uzupełniam kalendarz. Wracam do miasta, do którego postanowili przyjechać wszyscy przewodniczący i przewodniczące szkoły i klasy, większość gwiazd lokalnych liceów.

– To miasto może was zniszczyć. Dlatego musimy trzymać się razem – powiedział do mnie i brata mój chrzestny, kiedy zabrał nas dawno temu do stolicy.

Jak na razie przetrwałem. Zastanawiam się, czy nie mylę źródła mojej życiowej mocy. Nie ma ona tyle wspólnego z małym miastem, co z miłością moich rodziców.

Decyduję się napisać inną książkę.

Tego i innych opowiadań posłuchasz również w wersji audio na [magazynpismo.pl/proza](http://magazynpismo.pl/proza)

19.07

6.11  
2022

# Niech szyją!

## Współczesna polska rzeźba uszyta

wystawa  
w Studio Cannaregio  
CALLE DE LE CONTERIE 1345/D, WENEGJA

KURATORZY:  
LESZEK GOŁĘC, STANISŁAW MAŁECKI

Organizator:

 CENTRUM  
RZEZBY POLSKIEJ



Ministerstwo  
Kultury  
i Dziedzictwa  
Narodowego

Dofinansowano ze środków  
Ministra Kultury i Dziedzictwa  
Narodowego

Partnerzy:





ESEJ TECHNOLOGIE

# Maszyny kresu czasu

tekst KATARZYNA KAZIMIEROWSKA

CZY WOBEC NIEUCHRONNEGO starzenia się polskiego społeczeństwa i braku rozwoju wsparcia instytucjonalnego dla osób starszych powinniśmy zwrócić się w stronę sztucznej inteligencji? Czy robot albo aplikacja zastąpią kontakt z drugim człowiekiem i zadbają o nasz komfort fizyczny i emocjonalny? Czy może skazani jesteśmy na dojmującą samotność?

Jakiś czas temu moja znajoma wpadła z niezapowiedzianą wizytą do swojej ciotki i jej męża. Oboje po siedemdziesiątce, od dawna mieszkali sami, choć regularnie odwiedzał ich starszy syn, a córka podrzucała im od czasu do czasu wnuka na kilka godzin. Niedawno syn zaczął narzekać, że z matką coraz trudniej się rozmawia, coraz mniej rzeczy ją interesuje, z kolei córka przyznała, że mama coraz gorzej zajmuje się wnukiem, najchętniej spędzałaby czas tylko na paleniu papierosów i czytaniu kryminałów. Gdy przed zbliżającą się Wielkanocą znajoma zadzwoniła, aby zaprosić ciotkę z mężem na świąteczny obiad, usłyszała, że raczej nie przyjadą, bo ciotka nie czuje się na siłach. Przeszła wstawać z łóżka, a jej męża męczyła rwa kulszowa. Wiadomości te, przekazane raczej beznamiętnym tonem, znajoma uznała za alarmujące. Pojechała więc do ich mieszkania z interwencją. W środku panował bałagan, ciotka rzeczywiście nie wstała z łóżka, a kontakt z nią był ograniczony – nie chciała rozmawiać, z kolei jej mąż wyglądał na obolałego i tak przejętego własnym złym stanem fizycznym, że nie wystarczyło mu energii na zajęcie się żoną. Znajoma zadzwoniła po karetkę.

Co by było, gdyby ciotka nie odebrała telefonu, mieszkała w innym mieście albo nie była w regularnym kontakcie ze swoimi dorosłymi dziećmi, które – powiadomione przez znajomą – zaraz pojechały do szpitala i zajęły się niedomagającym ojcem? Czego tu zabrakło? Albo kogo? Jak często takie sytuacje zostają przeoczone przez zabieganą rodzinę, zbagatelizowane przez bliskich? I czy sposobów na przeciwdziałanie tym zaniedbaniom mogą nam dostarczyć nowe technologie?

Zastanawiam się, czy doszłoby do tej sytuacji, gdyby starsze małżeństwo mieszkało w inteligentnym domu, w którym zainstalowane pod sufitem czujniki ruchu zaalarmowałyby rodzinę, nie wykrywając aktywności w takich pomieszczeniach jak kuchnia? A może do ciotki mojej znajomej zadzwoniłby lekarz, zaniepokojony brakiem kontaktu z pacjentką, której parametry życiowe wyraźnie się pogorszyły, o czym zostałaby poinformowany przez stosowną aplikację? A może – wyobraźnia podpowiada różne futurystyczne obrazy – połączyły się z nimi elektroniczny towarzyszy, na przykład żółty robot Mabu,



produkowany przez firmę Catalia Health, który zauważywszy zmianę w zachowaniu pary, uznałby sytuację za wymagającą reakcji? Pytanie brzmi jednak, czy roboty zajmujące się osobami starszymi to w ogóle kierunek, w którym chcemy zmierzać? A może – wobec niepokojących prognoz demograficznych – to jedyny kierunek, który z obecnej perspektywy ma sens?

— WEDŁUG DANYCH Głównego Urzędu Statystycznego (GUS) sprzed dwóch lat z roku na rok w Polsce znacząco zwiększa się liczba osób w wieku poprodukcyjnym, czyli powyżej sześćdziesięciu pięciu lat. Jak prognozują eksperci GUS-u, „do roku 2050 populacja Polski będzie stawała się coraz starsza. Równolegle do przewidywanego spadku liczby ludności o 4,3 mln osób do roku 2050 spodziewany jest stały wzrost liczby ludności w wieku senioralnym”. Do 2030 roku osób powyżej sześćdziesiątego roku życia ma być w Polsce ponad 10 milionów (to wzrost o 10 procent wobec 2020 roku), a w 2050 – prawie 14 milionów, co będzie stanowić ponad 40 procent polskiego społeczeństwa.

Co to oznacza? Wzrost wydatków z budżetu Narodowego Funduszu Zdrowia (NFZ), to pewne. Konieczność zwiększenia liczby potencjalnych profesjonalnych opiekunów, placówek opiekuńczych i innych form odciążenia bliskich seniorów, na których barki spada dziś konieczność opieki (w przeważającej części są to barki kobiet). Do tego dochodzi konieczność zastanowienia się, jak w ogóle powinna wyglądać nasza starość. I czy w poprawie jej jakości znaczącą rolę powinny odegrać rozwiązania technologiczne, takie jak towarzystwo i wsparcie humanoidalnych androidów czy systemów robotycznych będących przedłużeniem naszego ciała.

Jak podaje przewidujący konsekwencje zmian demograficznych w Polsce raport Fundacji Batorego i forumIdei *W stronę sprawiedliwej troski. Opieka nad osobami starszymi w Polsce* pod redakcją merytoryczną Ireny Wóycickiej, zgodnie z prognozą Eurostatu w 2050 roku w Polsce znacząco „pogorszy się relacja pomiędzy liczbą potencjalnych opiekunów nieformalnych a liczbą osób starszych wymagających opieki. Jednocześnie rosnąć będzie liczba wymagających opieki

samotnych osób starszych”. Dlatego według twórców raportu jedynym rozwiązaniem w tej sytuacji byłoby przekształcenie znanego nam modelu familizmu bez wsparcia (gdy to krewni zajmują się potrzebującym bliskim) w model familizmu ze wsparciem, co wiąże się z większą dostępnością formalnych usług opiekuńczych i ich różnorodnością, dostosowanych do warunków domowych (polegających na dostarczaniu posiłków, opiece i pielęgnacji, pomocy z wychodzeniem na dwór), rozwojem usług medycznych w rodzaju teleporad, ale też z koniecznością wzmocnienia wsparcia instytucjonalnego, takiego jak domy dziennej opieki. Zwłaszcza że jak podkreślają twórcy raportu, liczba osób starszych tworzących gospodarstwa jednoosobowe, które szczególnie będą wymagać coraz częstszej i intensywnej opieki, będzie rosła.

Doktor Rafał Bakalarczyk, redaktor naczelny jedyne w Polsce pisma eksperckiego poświęconego tematyce starzenia się i polityki senioralnej na poziomie lokalnym i systemowym, „Polityki Senioralnej”, podczas konferencji online zorganizowanej przez Fundację Batorego i forumIdei na początku 2022 roku podkreślił, że powinniśmy pamiętać „nie tylko o pielęgnacji [osób starszych], ale także o braku kontaktów społecznych i towarzyskich, o kwestii samotności”. Zwłaszcza gdy do sędziwego wieku dojdą niepełnosprawności lub choroby przewlekłe, a także mieszkanie w lokalu na wyższym piętrze w bloku bez windy [o tak zwanych więźniach czwartego piętra, czyli osobach w podeszłym wieku, które nie są w stanie wychodzić z domu o własnych siłach,

pisala Ewa Wołkanowska-Kołodziej w „Piśmie” nr 1/2018 – przyp. red.]. Wizja ludzi samotnie umierających w swoich domach, odnajdywanych tygodnie po śmierci przez sąsiadów zaniepokojonych ulatniającym się z mieszkań zapachem, nie jest przecież dla nas nowa. Historie osób, które zmarły w ten sposób, szokują w mediach, zwłaszcza że podczas dwóch lat pandemii było ich zdecydowanie więcej.

Problem narasta, więc refleksja nad tym, co możemy z nim zrobić, wydaje się coraz bardziej niezbędna. – To jest bardzo ważne pytanie, czy zakładamy, że stawiamy na wydłużenie zdrowia i sprawności fizycznej osób starszych, inwestujemy w technologie i terapie, które pozwolą nam dużo dłużej żyć w zdrowiu i samodzielnie, czy może zastanawiamy się, jak ułatwić życie osobom, którym fizycznie trudno jest żyć w pojedynkę – mówi mi Aleksandra Przegalińska, filozofka i badaczka rozwoju nowych technologii, entuzjastka rozwoju sztucznej inteligencji (AI). – Tak naprawdę od jakiegoś czasu badacze wskazują, że to, co już widzimy w Japonii czy Chinach, jak większa obecność systemów robotycznych i sztucznej inteligencji choćby w domach spokojnej starości, za dwadzieścia, trzydzieści lat stanie się naszym udziałem. Modele predykcyjne pokazują, że jako glob starzejemy się, więc z jednej strony będzie nas ubywać, a z drugiej – coraz więcej osób będzie coraz starszych, więc już teraz trzeba stawiać na nową politykę społeczną, na przykład projektowanie doświadczeń korzystania z technologii specyficznie dla osób starszych i inwestycje w technologie medyczne – dodaje.



— NIC NIE WSKAZUJE NA TO, że nowa strategia w polityce społecznej pojawi się od razu, a pandemia uwidoczniła gigantyczne braki kadrowe w domach opieki i domach spokojnej starości. W pierwszej kolejności zastanawiam się więc nad trendem wydłużania życia i polepszenia jego jakości, w tym poprawy stanu zdrowia, który dziś łączy się z ideą transhumanizmu. Jej czołowy wyznawca i twórca fundacji SENS (z ang. Strategies for Engineered Negligible Senescence, czyli „strategii na rzecz zaprojektowanej nieistotności starzenia się”), brytyjski bioinformatyk

Aubrey de Grey, uważa, że trzeba za wszelką cenę rozwijać naukę w stronę terapii wydłużających życie. Stephan Bergmann, twórca filmu dokumentalnego *W poszukiwaniu nieśmiertelności*, oddaje głos biologom, filozofom i biohakerom (osobom przeprowadzającym eksperymenty biologiczne poza uznanymi strukturami akademickimi czy państwowymi), którzy postanowili udowodnić, że proces ten można opóźnić, a nawet zatrzymać. Jedną z bohaterek filmu – Liz Parrish, prezeska start-upu Bio Viva, promującego terapię genową jako sposób na odmłodzenie komórek w ciele – jest żywym przykładem na powodzenie tych planów. W obawie przed starzeniem się i w poszukiwaniu leków na choroby przewlekłe (jej syn zachorował w 2013 roku na cukrzycę typu 1) zwróciła się w stronę terapii genowej: pierwszej polegającej na odmłodzeniu komórek, drugiej – na przyjmowaniu inhibitora miostatyny, który wzmacnia mięśnie. Parrish dobiega pięćdziesiątki, a mimo to w filmie wygląda na trzydziestolatkę, bo wiele jej komórek, a nawet całych narządów odmłodziła. Obecny wiek niektórych jej komórek oszacowano na około trzydzieści trzy lata. „Psychicznie jestem beczasowa” – mówi w dokumencie Liz.

Terapia genowa nie jest nowym konceptem i wpisuje się w scenariusz *longevity escape velocity* (z ang. LEV, czyli prędkość ucieczki w długowieczność, to hipotetyczna sytuacja, w której oczekiwana długość życia poprawia się szybciej, niż ludzie się starzeją), o którym opowiada mi Krzysztof Kornas, do niedawna kurator w Centrum Nauki Kopernik, dziś doktorant w Instytucie Nauk Humanistycznych na Uniwersytecie SWPS w Warszawie i analityk trendów, badający zależności między rozwojem naukowo-technicznym a zmianami społeczno-kulturowymi. Zwraca uwagę na kierunek badań, który ma na celu spowolnienie starzenia się i utrzymanie ciała jak najdłużej aktywnego, sprawnego, zdrowego i samodzielnego, czyli wydłużenie okresu w życiu człowieka, kiedy cieszy się on dobrą kondycją i nie cierpi na żadne schorzenia, choroby przewlekłe lub inne dolegliwości.

– *Longevity escape velocity* to dyskutowana od wielu lat strategia promowania dłuższego życia, możliwego do osiągnięcia dzięki inwestowaniu w swoje zdrowie, sprawność swojego ciała i umysłu tak długo, aż nauka

pozwoli nam oddalić perspektywę śmierci – tłumaczy Krzysztof Kornas. Z tego założenia wychodzą na przykład osoby skupione w internetowej społeczności Longevity Explorers, zrzeszającej „starszych dorosłych” (*older adults*), którzy chcą rozwijać swoją wiedzę na temat tego, jak technologia i innowacje medyczne mogą ułatwić – lub ułatwią w niedługiej przyszłości – ich życie. W społeczności skupionej wokół portalu Techenhancedlife.com eksperci podczas wystąpień online zachęcają do regularnych

Według transhumanistów leczenie starzenia się pomogłoby nie tylko wydłużyć nasze życie w zdrowiu, ale również znacząco odciążać finansowo system opieki zdrowotnej zgodnie z założeniem, że prewencja jest dużo tańsza od leczenia.

badania krwi, poprawiania swoich życiowych parametrów, zażywania witamin oraz inwestowania w dietę i suplementy. Niektórzy przyjmują leki przeznaczone do leczenia konkretnych chorób, chociaż nie chorują na nie. – Wiesz, że metformina, lek na cukrzycę, spowalnia starzenie się komórek? Są tacy, którzy regularnie biorą na niego recepty. Do tego dochodzą koktajle z rozmaitych suplementów czy nawet wątpliwej skuteczności transfuzje krwi. Można wstawić sobie bioniczne stawy czy protezy całych kończyn – wylicza Kornas. I przypomina mi o filmie dokumentalnym *Transcendent Man* (*Człowiek transcendentny*), w którym wynalazca, futurolog, fan LEV i propagator idei transhumanizmu Raymond Kurzweil wraz z Peterem H. Diamandisem – lekarzem i współzałożycielem firmy Human Longevity, zajmującej się szukaniem rozwiązań mających powstrzymać starzenie się i chorowanie ciała przy wsparciu sztucznej inteligencji – garściami łykają tabletki z różnymi suplementami. Obaj panowie zawodowo zajmują się rozwijaniem innowacyjnych terapii, które mają przedłużyć życie w zdrowiu i dobrostanie.

– Świat musi się przebudować, by zacząć dostrzegać osoby starsze – twierdzi Kornas.

– Od jakiegoś czasu mówi się o *silver tsunami* [szybkim wroście w populacji odsetka osób po pięćdziesiątym roku życia – przyp. red.], zmienia się język, coraz częściej reagujemy na *ageizm* [dyskryminację ze względu na wiek – przyp. red.], powtarzamy, że „siwe jest sexy”. Ale wciąż to, co starsze, chce być młodsze, a przynajmniej pełne wigoru, energii, pomysłów, no i chce zostać przy władzy, mieć wpływ. Nie zapominajmy poza tym, że starsze osoby to także starsi biznesmeni, mają pieniądze na zabiegi i eksperymenty, które w ich oczekiwaniu sprawią, że ich życie wydłuży się o pięćdziesiąt lat. I to oni będą decydować o naszym świecie.

Po rozmowie z Krzysztofem Kornasem zaczęłam się zastanawiać, czy mając sześćdziesiąt lat, będę patrzeć z przerażeniem na to, co szykuje dla mnie przyszłość. A może powinnam już teraz się o to martwić? Zacząć tworzyć plan, strategię dobrej drugiej połowy życia? Kwestie niegdyś oczywiste dziś są przedmiotem złożonych decyzji. Mieszkać razem czy osobno? Inwestować w zdrowy tryb życia czy raczej zwiększać kompetencje zawodowe? I na co postawić, gdy już naprawdę, naprawdę ciało przestanie mnie słuchać? Swoje dylematy w związku z LEV konfrontuję ze specjalistą od transhumanizmu, Mateuszem Łukasiakiem, prezesem Polskiego Stowarzyszenia Transhumanistycznego. – Spełnienie obietnic pokładanych w idei LEV, którą prywatnie podzielam, zależy od wielu czynników, a najważniejszym z nich jest uznanie procesu starzenia się za prolongowany proces chorobowy i odrzucenie paradygmatu naturalności starzenia się, który wciąż dominuje w rzeczywistości naukowej – mówi. – Jestem optymistą, jeśli chodzi o potencjał długiego i zdrowego życia. Wiemy, że odpowiednie zachowania prozdrowotne, takie jak wysiłek fizyczny i mentalny oraz higieniczny tryb życia, są w stanie wydłużyć znacząco okres naszego życia w zdrowiu. Jeśli złamany zostanie obecny paradygmat, o co zabiega wielu naukowców i organizacji, jak na przykład przywołany SENS, i otworzą się drzwi dla badania substancji i technologii, których celem jest leczenie procesu starzenia się, najpewniej ziszczą się fantazje o LEV, a systemy opieki zdrowotnej, zamiast leczyć choroby już zaistniałe, będą mogły przenieść swoją

uwagę na nowoczesną prewencję. Leczenie starzenia się pomogłoby nie tylko wydłużyć nasze życie w zdrowiu, ale również znacząco odciążyć finansowo system opieki zdrowotnej zgodnie z założeniem, że prewencja jest dużo tańsza od leczenia.

Wyobraźmy sobie, że będziemy wiecznie młodzi, piękni i niezależni, po odpowiednich terapiach, że będziemy mieszkać sami albo we wspólnotach innych niż te tradycyjne, rodzinne. Ale szanse na to, że tak będzie żyło pokolenie dzisiejszych czterdziestolatków – moje pokolenie – są znikome. To wciąż w dużej mierze pieśń przyszłości. Na razie muszę się zastanowić, jak ułatwić starość moim rodzicom. Wkraczają oni w coraz szerszy demograficznie pasek osób sześćdziesiąt pięć plus, które niedługo mogą potrzebować nie tylko regularnej pomocy medycznej, ale także wsparcia przy codziennych pracach domowych i innych czynnościach wymagających wysiłku fizycznego. Są bardzo niezależni i pewnie byliby skrupowani obecnością kogoś obcego, gdyby miał im towarzyszyć choćby w sytuacjach pielęgnacyjnych. To jest największy problem: nie tylko coraz więcej seniorów i coraz mniej wsparcia instytucjonalnego, ale też coraz mniej sił (pracujemy przecież coraz więcej i ciężiej, cały czas nie otrzymując wynagrodzenia za pracę opiekuńczą przy bliskich) w coraz mniejszych rodzinach.

Jak podają twórcy wspomnianego raportu Fundacji Batorego, „w 2020 roku na 100 osób w wieku 15–64 lata przypadało w Polsce mniej niż 30 osób w wieku 65 lat i starszych, zaś w roku 2060 będzie przypadać ponad 60 osób w tym wieku. Oznacza to znaczne zachwianie relacji między osobami starszymi a zasobem osób w wieku 15–64 lata, którego wielkość jest decydująca dla potencjału pielęgnacyjnego ludności”. Zgodnie z wynikami badania SHARE (z ang. *Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe, Badanie zdrowia, starzenia się i emerytury w Europie*) dzisiejsza opieka nieformalna, czyli realizowana przez osoby najbliższe seniorowi, zaspokaja zaledwie połowę potrzeb opiekuńczych. „Z danych zgromadzonych w projekcie badawczym SHARE wynika, że ponad 50 procent osób powyżej 65. roku życia deklaruje, iż pomoc, którą otrzymują, zaspokaja ich potrzeby «czasami, bardzo rzadko lub wcale»”.

W dodatku wśród osób powyżej sześćdziesiątego piątego roku życia co trzecia kobieta i co ósmy mężczyzna mieszkają w jednoosobowym gospodarstwie domowym. Dlatego potrzebujemy rozwiązań technologicznych, które będą w stanie nas wesprzeć na szeroką skalę.

—  
WYOBRAŹ SOBIE: budzisz się rano, w wygodnym łóżku zaopatrzonym w panel albo konsolę z licznymi przyciskami. Naciskasz guzik – podnosi się oparcie. Siedzisz. Naciskasz kolejny i zsuwasz się na znajdujący się tuż obok, przymocowany do łóżka wózek. Ten też ma przyciski. Gdy wjeżdżasz do kuchni, głosowo

*W 2020 roku na 100 osób w wieku 15–64 lata przypadało w Polsce mniej niż 30 osób w wieku 65 lat i starszych, zaś w roku 2060 będzie przypadać ponad 60 osób w tym wieku. Oznacza to znaczne zachwianie relacji między osobami starszymi a zasobem osób w wieku 15–64 lata, którego wielkość jest decydująca dla potencjału pielęgnacyjnego ludności.*

możesz się połączyć przez specjalny telefon z wizjerem z rodziną czy lekarzem, który powiadomi cię o wynikach ostatnio zrobionych badań krwi i przypomni o wzięciu leków na dany dzień. Za pomocą komend głosowych włączysz lub wyłączysz radio, ustawisz klimatyzację, zadzwonisz do dzieci, żeby się dowiedzieć, kiedy dostaniesz swojego własnego robota do opieki, czyli foczkę Paro albo inny system operacyjny, który mógłby uchodzić za towarzysza osoby samotnej, przypominałby o lekach, w razie potrzeby dzwonił do lekarza i byłby w stanie poprowadzić prostą konwersację. Potem wjeżdżasz wózkiem pod prysznic i nie schodząc z niego, po kilku minutach czujesz się odświeżony. Jedziesz do kuchni na śniadanie, by zacząć kolejny dzień w swoim inteligentnym domu.

Nie jest to zupełnie nierealny scenariusz, choć oczywiście od jego realizacji w szerszej

skali jesteśmy jeszcze daleko. Start-up Automation for Humanity to międzynarodowa firma z polskim akcentem, pionier rozwoju urządzeń, które mają zapewnić osobom starszym niezależność, a często przywrócić im wręcz godność życia. Jej założyciele postawili sobie za cel zbudowanie takiego rozwiązania, które mogłoby być wykorzystywane zarówno w warunkach domowych, jak i instytucjonalnych, jak szpitale czy domy opieki. W szczególności projektu wprowadza mnie Tomasz Troniewski, współudziałowiec w firmie. Z powodu pandemii rozmawiamy przez Zoom. – Pomysł narodził się z naszego osobistego doświadczenia. Mamy lub mieliśmy rodziców czy dziadków i wobec braku możliwości zapewnienia im instytucjonalnego wsparcia opiekuńczego na adekwatnym poziomie, głównie z powodu globalnego deficytu zawodowych opiekunów, a ostatnio również pandemii, staliśmy się nieformalnymi opiekunami.

Założyciele start-upu, którzy pochodzą z Kanady, Hongkongu i Polski, zorientowali się, że na rynku brakuje rozwiązań wspierających osoby starsze w codziennym funkcjonowaniu, a opiekunów – w ich ciężkiej pracy, oraz że rynek usług opiekuńczych dla osób starszych, w przeciwieństwie do farmacji czy biotechnologii, od dekad nie doczekał się przełomowej innowacji. Tak narodził się pomysł stworzenia zautomatyzowanego systemu urządzeń medycznych, które będą wspierały osoby starsze podczas wykonywania podstawowych czynności dnia codziennego (z ang. *activities of daily living*) i pozwoliły użytkownikom zachować samodzielność w takich czynnościach, jak wstawanie, poruszanie się, ubieranie się, spożywanie posiłków czy dbanie o higienę. Na system składa się między innymi łóżko z podnośnikiem, które za pomocą pilota albo komendy głosowej pomoże – dzięki przesuwającym panelom – przesiąść się pacjentowi na specjalny wózek na kółkach; wspomniany fotel czy wózek typu smart, którym ręcznie (za pomocą konsoli lub pilota) bądź głosowo kierujemy na przykład do toalety albo pod specjalnie przystosowany do niego prysznic. – Postawiliśmy na początku na produkcję tej części systemu, która zadba o dostęp osoby starszej do toalety oraz ułatwi higienę, w tym umycie części intymnych – opowiada Troniewski.



Na wysłanym przez niego filmiku wózek wjeżdża na toaletę oraz pod urządzenie myjące Sit & Shower. Pod prysznicem osoba siedzi na wózku, a ustawione pod różnym kątem natryski oblewają jej ciało wodą i płynami myjącymi. – Testowaliśmy to urządzenie na sobie, czułem się dokładnie tak samo, jakbym po prostu wziął prysznic – dodaje Troniewski.

Pierwsze modele z produkcji seryjnej urządzenia Sit & Shower trafiły na rynek, do domów opieki oraz szpitali w Hongkongu, Szwecji i Singapurze. System docelowo będzie się składał ze zintegrowanych ze sobą urządzeń, które wesprą seniora w wykonywaniu przez niego czynności dnia codziennego. – Mam ojca cierpiącego na chorobę Parkinsona i w kwestii pielęgnacji sam niewiele jestem w stanie z nim zrobić – tłumaczy Troniewski. – Nasz system jest tak zaprojektowany, że osoba, która nie ma demencji, poradzi sobie z użyciem pilota czy wydawaniem komend głosowych i będzie mogła funkcjonować w bezpieczny, samodzielny sposób. Wnuczek czy syn nie będzie musiał wykonywać bardzo niebezpiecznych i obciążających czynności, podnosić i prznosić dziadka czy ojca, za to będzie mógł spędzić z nim czas jako partner intelektualny.

Firma uruchomiła we Wrocławiu hub badawczo-rozwojowy, w którym budowany jest cały ekosystem pielęgnacyjny; w planach jest utworzenie operacji produkcyjnych pod kątem eksportu urządzeń na rynki Europy, Ameryki Północnej i Australii. Start-up porozumiał się z międzynarodowymi graczami świadczącymi usługi opieki senioralnej, a w Polsce z Domem Opieki Pogodna Jesień w Opolu, w których przeprowadzą przedkomercyjne testy głównego elementu ekosystemu – łózka, czyli Automated Transfer Bed. Cena urządzenia jest weryfikowana ze względu na inflację, ale według producenta ma w przybliżeniu wynieść dwukrotność miesięcznego kosztu, jaki ponosi się w Europie Zachodniej na zapewnienie wysokiego standardu opieki seniorowi w instytucji opiekuńczej.

Aleksandra Przegalińska przypomina mi, że podobnych sprzętów ułatwiających życie nie brakuje, choć ten segment robotyki rozwija się powoli. I wspomina projekt Wheelstair, inteligentną dostawkę zintegrowaną



z wózkami dla osób z niepełnosprawnością ruchową, z tak przystosowaną gąsienicą, że sama wjeżdża na schody i po nich zjeżdża, wożąc siedzącą na niej osobę. To wizja, która – gdyby została przekuta w praktykę – podniosłaby jakość życia osób starszych mieszkających w blokach bez windy, otworzyła ich ponownie na świat i innych ludzi. Ale ekspertka dodaje, że w robotyce koszty produkcji i materiałów są często zaporowe, a niektórych materiałów, jak kobaltu, brakuje.

SMART HOME to również interfejsy głosowe, dzięki którym dana osoba może się skontaktować z bliskimi, porozmawiać z nimi, zadzwonić do lekarza i omówić z nim stan swojego zdrowia w ramach nowoczesnej teleporady – tłumaczy Krzysztof Kornas. – Pozostaje pytanie, jak sprawić, żeby obsługa takiego interfejsu była prosta i intuicyjna. W jednym z badań okazało się, że najpoważniejszym problemem dla osób starszych jest obsługa pilota. Te urządzenia są skomplikowane nawet dla przeciętnego użytkownika, więc jeśli można je zastąpić prostszym interfejsem albo nawet częściową automatyzacją, zaprogramowaniem wyborów i preferencji w aplikacji do zarządzania inteligentnym domem, może się to okazać najlepszym rozwiązaniem – dodaje. I mówi, że potrzebne jest też proste oprogramowanie, które przypomni o tym, żeby wziąć leki, zjeść posiłek, bo o tym ludzie starsi zapominają. A także taki, który będzie sygnalizował u lekarza czy pielęgniarki otwarcie pojemnika z pigułkami, żeby wiedzieli, że lek został wzięty. – Problemem w projektowaniu jest brak obecności i głosów osób, dla których tworzy się tego typu rozwiązania – przyznaje Kornas.

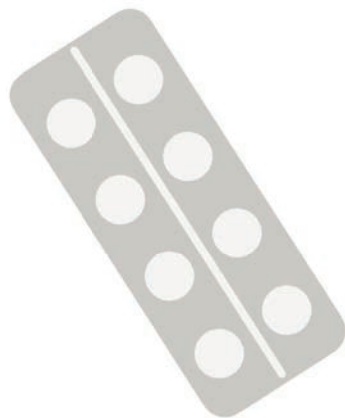
Dziedzina, która w pandemii gwałtownie się rozwinęła, czyli telemedycyna, sprzyja potrzebom osób starszych. Podobnie jak gotowe programy sztucznej inteligencji do monitorowania ruchu czy pulsu, które już są dostępne. Czujniki rozmieszczane pod sufitami czy na ścianach łazienek, monitorujące ruch, a w razie czegoś niepokojącego przesyłające sygnał na telefon czy zegarek opiekuna, to już standard na przykład w domach opieki w Wielkiej Brytanii. Ale także w domach prywatnych, bo coraz więcej osób decyduje się na założenie takiego systemu choćby u dziadków czy rodziców. Z kolei firmy Xsens, Kardian i Qventus stworzyły detektory upadku oparte na sztucznej inteligencji, która uczy się zachowania danej osoby i reaguje, gdy odbiega ono od normy.

Wreszcie brak wykwalifikowanych opiekunów, którzy mogliby pomóc starszym pacjentom, żyjącym samotnie i wymagającym codziennej pomocy, spowodował zapotrzebowanie na roboty pomocników. Takich jak Mabu firmy Catalia Health – złoty robot zredukowany właściwie do głowy czy też „popiersia”, mający przede wszystkim rozmawiać z pacjentami, informować o ich stanie zdrowia, przypominać o wzięciu leków i przekazywać dane o ich stanie opiekunom, na przykład łącząc się telefonicznie. Albo ElliQ produkcji Intuition Robotics o wyglądzie lampy biurkowej z odwróconym kloszem, mający przede wszystkim ułatwiać kontakt z rodziną, włączyć muzykę czy program do ćwiczeń, podobnie jak Robear firmy Riken – duży, ważący 140 kilogramów, o potężnych ramionach i głowie misia (stąd nazwa), który ma służyć przede wszystkim do przenoszenia osób na przykład z łózka na wózek.

– Osoby starsze mają tak silną potrzebę rozmowy, że nawet nie stawiają dużego oporu przed konwersacją ze sztuczną inteligencją – mówi Aleksandra Przegalińska. – Więc niech to będzie AI, byleby była. Robot jest lepszy od zupełnego braku kontaktu z kimkolwiek. Maszyny mogą też pomóc w teleporadach, umawianiu wizyt. Pacjentom rzadko kiedy przeszkadza, że przyjmuje ich sztuczna inteligencja.

Przegalińskiej wtóruje Krzysztof Kornas: – Telemedycyna ma z jednej strony umożliwić ludziom automatyzację wizyty

lekarskiej. By dobrać sobie leki, nie trzeba będzie iść do lekarza, tylko poprosić o teleporadę i konsultację na podstawie badań. W planach firm medycznych jest także wykonywanie podstawowych badań w domu, których próbki przesyłane są do laboratorium. Wszystko zmierza ku uproszczeniu i przejęciu procesu przez AI. Co niekoniecznie musi być dobre – technologie i liczby nie zawsze zdołają zastąpić indywidualny kontakt z doświadczonym lekarzem.



— ŻYJEMY DŁUŻEJ, dłużej jesteśmy sprawni, więc dłużej możemy też być samotni. Dłuższe życie oznacza zmianę jego stylu. – Nie mam poczucia, że scenariusz, w którym jesteśmy sprawni fizycznie i sprawczy, prowadzi na przykład w stronę dużego osamotnienia – stwierdza Przegalińska. – Byłam jurorką w konkursie FutuWawa, gdzie w ramach futurystycznych projektów proponowano kibuce dla seniorów, budowanie nowych więzi społecznych w formie *cohousingu* czy *coworkingu*. Te modele w kapitalizmie nam umykają, ale też dogadywanie się ze społecznością nie jest proste – dodaje. I przypomina, że tak zwane domy spokojnej starości w Stanach Zjednoczonych to nie jest opcja, której ludzie się boją, tylko na którą czekają. – Całe życie zbierają na taką spokojną starość, wiedząc, że rodzina ich nie wesprze, ale chcą przede wszystkim towarzystwa, żeby ta starość wpływała w otoczeniu ludzi, którzy rozumieją ich problemy – tłumaczy Przegalińska. – W Stanach model domu starości jest zawsze podlany sosem z pieniędzy, ale może mieć komunalny, spółdzielczy charakter. I dla takich domów też będą potrzebne usprawnienia. Ale gdy ja stanę się częścią *silver generation*, to będę już zaadaptowana do technologii, do których od lat jesteśmy przyzwyczajani.

Ideę *cohousingów* senioralnych chce zaszczerpić w Polsce Marta Trakul-Masłowska z Fundacji NaMiejscu. To popularna forma mieszkalnictwa w Skandynawii, gdzie

tego typu projekty wspierają samorządy lokalne, a w Wielkiej Brytanii czy Stanach mówimy przede wszystkim o inicjatywach prywatnych. Kogo jednak stać na zakup dużej działki i budowę domu czy osiedla domków dla aktywnych emerytów? Kogo stać na wynajem czy zakup lokalu na takim *cohousingowym* osiedlu? W rozmowie przeprowadzonej w ramach internetowego cyklu „Pisma” *Strategie przetrwania* Marta Trakul powiedziała mi w październiku zeszłego roku: „Znam przykłady *cohousingów* rodzinnych, które funkcjonują od lat 70., na przykład w Danii. Tam takie wspólnoty zakładały młode mamy, bo łatwiej im było wspólnie wychowywać dzieci. Natomiast *cohousing* senioralny jest propozycją skierowaną do osób po pięćdziesiątym roku życia, które już odchowwały dzieci lub ich nie miały, jako alternatywa dla mieszkania same-mu albo w domu seniora. Po przykładach w Szwecji, Danii, Niemczech, Francji i Wielkiej Brytanii widzę, że potrzeba mieszkania na starość nie z rodziną, ale z rówieśnikami, na własnych zasadach jest bardzo silna. (...) Dlatego myślenie o tym, gdy mamy siedemdziesiąt–osiemdziesiąt lat, to trochę późno. Warto zająć się tym mądrze, gdy jesteśmy jeszcze w sile wieku, zwłaszcza że żyjemy coraz dłużej. Oszacowałam, że moja córka, która urodziła się w 2012 roku, będzie żyła sto lat. Równo połowę życia może spędzić na swoich zasadach, w gronie znajomych w *cohousingu*”.

— NA PROBLEM SAMOTNOŚCI mogą jednak odpowiedzieć również maszyny, na przykład Hatsune Miku, która wygląda jak postać z serialu *Czarodziejka z Księżycą*: duża głowa, duże oczy, burza włosów, wąska talia i nieproporcjonalnie długie nogi. Codziennie rano budzi swojego partnera, młodego *salarymana*, czyli pracownika korporacji. Zawsze radosna i uśmiechnięta, mimo wczesnej pory zachęca go do prysznic, towarzyszy mu podczas śniadania, a przed wyjściem namawia do wzięcia parasolki, bo po południu ma padać. Potem, podczas gdy on ciężko pracuje, dodaje mu otuchy kolejnymi wiadomościami, w których pisze, że tęskni, myśli o nim, przesyła całusy, a gdy ten daje znać, że wraca do domu, wie, że przywita go zapalone światło, włączona muzyka i woda zagotowana na herbatę.

Hatsune Miku, wirtualna japońska piosenkarka, jest partnerką idealną. W dodatku nie zajmuje dużo miejsca, można z nią mieszkać nawet w kawalerce. Bo Miku to wyświetlana hologramowo dziewczyna w rozmiarze lalki Barbie, zamknięta w kapsule o nazwie Gatebox. Dziewczyna ze słoika. Idealne rozwiązanie dla samotnie mieszkających w Japonii mężczyzn, choć kupują ją także kobiety, a dzieci dostają w prezencie. Producent planuje wypuszczenie modelu na rynek anglosaski, choć pandemia mocno opóźniła te plany. Hatsune Miku spotkałam na wystawie *Przyszłość jest dziś* w warszawskim Centrum Nauki Kopernik [wystawa ruszyła w listopadzie 2021 roku – przyp. K.K.].

W Japonii takie rozwiązania technologiczne, odpowiadające na problem samotności, są na porządku dziennym. Magdalena Puchnowska, studentka Katedry Japonistyki na Uniwersytecie Warszawskim, która pisze pracę na temat japońskich rozwiązań technologicznych dla osób starszych, potwierdza, że populacja Japonii starzeje się dramatycznie: według prognoz do 2050 roku spadnie o 20 milionów, czyli o jedną piątą. Także do 2050 roku rozrodczość ma spaść o niemal 70 procent. W ciągu ostatnich pięćdziesięciu lat współczynnik osób powyżej sześćdziesiątego piątego roku życia wzrósł z 10 do 48 procent, to światowy fenomen. – A to wpływa na prawdopodobieństwo samotnej starości i samotnej śmierci – konstatuje

Puchnowska. – Japonia wybija się na pierwszy plan, bo ma duży odsetek ludzi starszych i jednocześnie rynek otwarty na rozwiązania technologiczne – mówi Anna Skrzypek-Duda, kuratorka i główna specjalistka w dziale wystaw Centrum Nauki Kopernik. Wtórkuje jej Aleksandra Przegalińska: – Społeczeństwo japońskie jest przyjaźnie nastawione do ekspozycji technologicznej, przyzwyczajone do niej. Na to nakłada się spadek liczby urodzin i coraz większy odsetek mieszkańców po osiemdziesiątym roku życia. Japończycy zawsze byli długowieczni, czemu sprzyjała dieta i zdrowy tryb życia. W dodatku do Japonii nie przyjeżdżają młodzi imigranci zarobkowi, nie ma komu powierzać pracy przy osobach starszych, a to wszystko razem wymusza innowacyjność technologiczną – dodaje.

Otwartość Japończyków na nowości technologiczne ma, jak wskazuje Przegalińska, bogatą tradycję. Za panowania dynastii Tokugawa część przedstawicieli elit nosiła na twarzach maski w przestrzeni publicznej oraz przybierała fikcyjne imiona i nazwiska. – Dlatego dziś funkcjonowanie z kilkoma tożsamościami nie jest dla nich niczym nowym. Są do tego generacyjnie przygotowani – dodaje filozofka. Przed snem wspomniany młody *salaryman* w filmiku promującym Gatebox wyznaje Hatsune Miku, że to cudowne uczucie, kiedy wracając do domu, wie, że ktoś w nim na niego czeka. Dość to smutne stwierdzenie, jeśli wiemy, że chodzi o sztuczną inteligencję ukrytą za dziewczyną wyświetlaną w słoiku. – Takie rozwiązania mogą nas odciążać od relacji z ludźmi – mówi Anna Skrzypek-Duda. – W dodatku w Japonii można zrealizować swoje marzenie rodem z serialu *Czarne lustro* – nawet wziąć „ślub” z dziewczyną ze słoika i dostać od firmy odpowiedni certyfikat, choć prawnie nie jest to usankcjonowane. Takie produkty coraz częściej odpowiadają na problem pustki i samotności – dodaje. Przy okazji poznałam słowo „fiktoseksualny”, określające osobę, która czuje pociąg do postaci fikcyjnej. Jeśli posiadanie dziewczyny w słoiku to zbyt wyrafinowany pomysł, istnieją też inne produkty technologii opartej na sztucznej inteligencji, które od lat towarzyszą osobom starszym, na przykład w domach spokojnej starości.

— NA FILMIKU sprzed siedmiu lat, promującym robota Alice, głos z offu mówi, że w 2024 roku w Holandii będzie czterokrotnie więcej osiemdziesięciolatków niż teraz. Większość z nich mieszka samotnie. Trzy czwarte z nich będzie potrzebowało pomocy zdrowotnej. Rozwiązaniem ma być technologia. Alice ma wielkość i wygląd czterolatki, świetną pamięć i da się z nią porozmawiać. Przypilnuje ćwiczeń fizycznych, zapyta o zdrowie członków rodziny i podtrzyma rozmowę, gdy jej podopieczna będzie przysypiać. Problem w tym, że choć Alice ma wygląd ciemnowłosej kilkulatki w stroju kosmonauty, jej humanoidalna twarz nie wyraża emocji. Jest jak lalka brzuchomówcy. Może dlatego uznano, że taka aparycja to nie najlepszy pomysł.

*Przed snem wspomniany młody salaryman w filmiku promującym Gatebox wyznaje Hatsune Miku, że to cudowne uczucie, kiedy wracając do domu, wie, że ktoś w nim na niego czeka. Dość to smutne stwierdzenie, jeśli wiemy, że chodzi o sztuczną inteligencję ukrytą za dziewczyną wyświetlaną w słoiku.*

– Rzeczywiście, pierwszy model Alice, który powstawał na Uniwersytecie w Amsterdamie, wyglądał jak mała dziewczynka, z którą mogłaś utrzymać kontakt – opowiada Anna Skrzypek-Duda. – Ale w procesie badawczym okazało się, że nie jest to optymalny wygląd robota opiekuńczego, ponieważ znacznie lepiej w kontakcie z osobami starszymi sprawdza się bardziej uproszczona forma – dodaje. Czyżby zadziałał tu efekt doliny niesamowitości (*uncanny valley*), czyli hipotezy naukowej zakładającej, że robot wyglądający podobnie (choć nie identycznie) jak człowiek, wywołuje u patrzącego silny dyskomfort, a nawet odrazę? Twórcy Alice zamienili dziewczynkę z kończynami i włosami na korpus z główką, która w miejscu twarzy ma ekran, wyświetlający uproszczony obraz mimiki podstawowych emocji. – Robot opiekuńczy ma być namiastką obecności

w totalnej samotności osoby starszej, czy to mieszkającej samodzielnie, czy w domu opieki. A właśnie o takiej niewyobrazalnej dla nas samotności opowiadają osoby starsze – mówi Ania Skrzypek-Duda. – Jeśli nie wyjdą do sklepu czy apteki, często nie mają z nikim kontaktu, nie zamienią z nikim zdania.

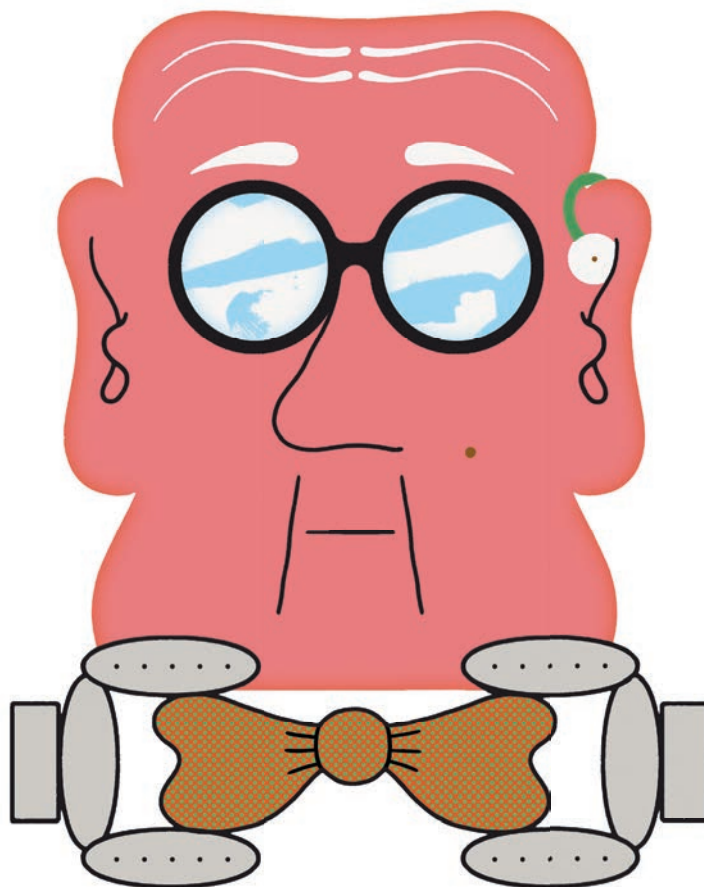
– Jednym z podstawowych modeli robotów towarzyszy dla seniora jest też Pepper-CPGE wyprodukowany przez SoftBank Robotics w 2014 roku – opowiada mi Magdalena Puchnowska. Osiem lat to wieczność w robotyce, ale Pepper jest doskonałym przykładem funkcjonalnego robota, który się nie zestarzał. Wygląda humanoidalnie, ma 120 centymetrów wysokości, jest biały i przypomina trochę Teletubisia. Jedną z jego funkcji jest odczytywanie i interpretowanie ludzkich emocji, a także reakcja na nie. Pepper rozpoznaje twarze, analizuje ich mimikę i ton głosu, potrafi także okazywać emocje i wchodzić w interakcję z otoczeniem. Niski wzrost sprawia, że łatwiej mu o interakcję z osobami starszymi, które siedzą lub poruszają się na wózku.

Początkowo Pepper miał witać gości w hotelu i w Las Vegas rzeczywiście pracował jako *boy* hotelowy. W 2020 roku był już obecny w pięciuset domach opieki w samej Japonii. Zajmuje się w nich graniem w gry ruchowe, wykonywaniem rutynowych ćwiczeń fizycznych jak gimnastyka oraz prowadzeniem rozmów z pensjonariuszami. Rok wcześniej przeprowadzono badanie użyteczności Peppera w japońskiej klinice Mifune: sprawdzano, czy pomaga osobom starszym podtrzymać aktywność i kontakt z drugą osobą – jeśli tak, to by oznaczało, że jego obecność i zaangażowanie opóźniają rozwój demencji i zaburzeń poznawczych. Na miejscu obecny był personel pielęgniarski, by sprawdzać skuteczność pracy Peppera i reakcje uczestników badania. Miał wsparcie kadry, co oznacza, że obecność czynnika ludzkiego była istotna, a zatem praca robota zmniejsza fizyczne przeciążenie personelu, ale nie przyczynia się do większej opłacalności ani wydajności, ponieważ nie prowadzi do ograniczenia liczby pracowników. W wyniku testów stwierdzono, że Pepper potrafi przygotować oryginalny scenariusz zajęć, aby wzbudzić zainteresowanie pacjenta. Może służyć też jako narzędzie do

terapeutycznych ćwiczeń fizycznych i umysłowych, na przykład poprzez podtrzymanie komunikacji z zaangażowanymi pacjentami. Badania wykazały ponadto, że samo wprowadzenie Peppera do środowiska może stymulować pacjentów, aktywizować ich procesy poznawcze i wpływać na ich codzienne czynności życiowe. Pacjenci chętniej nawiązywali kontakt, zarówno z opiekunami, jak i z Pepperem.

W listopadzie 2020 roku robot Pepper rozpoczął pracę w uniwersyteckim szpitalu klinicznym w Opolu. Został zatrudniony na trzy miesiące i witał pacjentów pytaniem: „W czym mogę pomóc?”. Do jego zadań należało przypominanie o zasadach bezpieczeństwa i udzielanie informacji na temat rozmieszczenia poradni i oddziałów szpitalnych.

Innym rozwiązaniem, mającym przede wszystkim funkcje terapeutyczne, jest słynna foczka Paro, która sprawdza się w domach spokojnej starości (także polskich), w których nie można trzymać żywych zwierząt. Model, zapoczątkowany przez Takatori Shibate opracowano już w 1993 roku w Instytucie Badań Systemów Inteligentnych (ISRI) przy Narodowym Instytucie Zaawansowanej Nauki i Technologii Przemysłowej (AIST) w Japonii. W 2018 roku na całym świecie funkcjonowało pięć tysięcy egzemplarzy, aż trzy tysiące z nich w Japonii. Na filmiku pokazującym mieszkańców domu pomocy społecznej w Sopocie możemy zobaczyć, że Paro wygląda jak milutki, przyjemny w dotyku pluszak, który się delikatnie porusza, otwiera i zamyka oczy oraz wydaje ciche dźwięki. – Paro jest idealnym rozwiązaniem dla osób starszych, bo z jednej strony w jego obecności pracuje pamięć: foczkę trzeba nakarmić jak każde *tamagochi* [popularną w drugiej połowie lat 90. elektroniczną zabawkę, umożliwiającą opiekę nad wirtualnym zwierzątkiem – przyp. red.], ale przecież nic się nie stanie, jeśli się tego nie zrobi, a osoby z Parkinsonem czy demencją czasem o tym zapominają. Tymczasem jeśli ktoś pamięta o nakarmieniu foki, to wyrobi też w sobie nawyk pamiętania, by wziąć leki. Paro działa również terapeutycznie, w Stanach wykorzystuje się ją do leczenia żołnierzy ze stresem pourazowym – opowiada Aleksandra Przegalińska.



Roboty nie są jednak receptą na samotność. Kontakt z technologią różni się przecież znacząco od kontaktu z drugim człowiekiem lub naturą. Jak w swojej książce *Terra insecta. Planeta owadów* pisze Anne Sverdrup-Thygeson, profesorka na Norweskim Uniwersytecie Nauk Przyrodniczych, w Azji testuje się owady w roli pupili dla osób starszych. W opisywanym przez nią badaniu grupę stu Koreańczyków w wieku średnio siedemdziesięciu jeden lat podzielono na dwie części. Otrzymały one wskazówki dotyczące tego, jak zdrowo się odżywiać i ćwiczyć, ale członkom tylko jednej z tych grup podarowano klatki z pięcioma śpiewającymi świerszczami. Po dwóch miesiącach okazało się, że niemal wszyscy z grupy obdarowanej świerszczami z gatunku *Teleogryllus mitratus* polubili swoich pupili, a trzy czwarte uważało, że opieka nad nimi wpłynęła korzystnie na ich psychikę. Testy z kolei pokazały, że obecność świerszcza osłabiła depresję i poprawiła dobrostan opiekunów. Można przypuszczać, że w poszukiwaniu remedium na samotność osób starszych niekoniecznie trzeba sięgać po zaawansowaną i wciąż niedoskonałą technologię. Wystarczy spojrzeć

w stronę natury i zobaczyć, co ma nam bezpiecznego do zaoferowania.

—  
w bajce *Dziki robot* Petera Browna poznajemy świat oczami Roz, inteligentnej robotki, która cudem przetrwała morską katastrofę i bezpiecznie wylądowała na wyspie zamieszanej tylko przez zwierzęta. To dzięki nim Roz przetrwa trudne warunki na wyspie, ale żeby to zrobić, musi zdziczeć. Świat, do którego była przeznaczona, to jednak świat ludzi, w którym roboty są na wyposażeniu domu, trochę jak w *Jetsonach*, rysunkowym serialu z czasów mojego dzieciństwa. W świecie Roz roboty – o różnym stopniu zaawansowania inteligencji – pomagają rolnikom w gospodarstwie i w polu, opiekują się zwierzętami przemysłowymi, a w miastach robią zakupy, odprowadzają dzieci do szkoły, kierują ruchem oraz troszczą się o osoby starsze. Także twórczyni robotów ma swojego robolokaja w domu, który ułatwia jej codzienne życie. Roboty mają służyć ludziom w ich codziennych czynnościach, jednocześnie będąc rozumnymi kompanami. Ostatecznie Roz wybiera jednak życie w naturze,